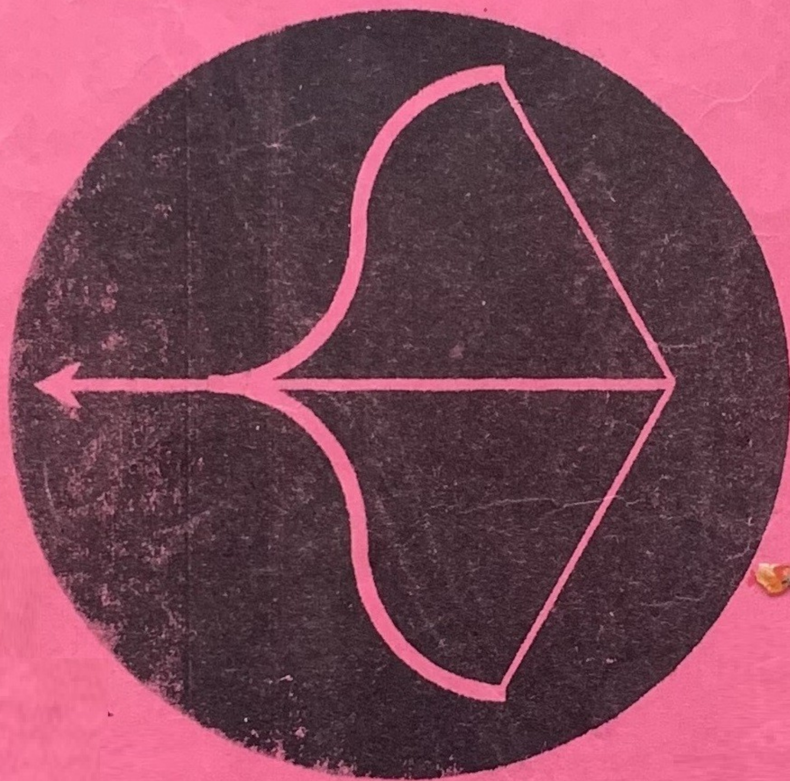
बराम जातिको एक झलक



प्रकाशक

गोरखा बराम संघ
गोरखा

प्रकाशक : गोरखा राम संघ
गोरखा

प्रथम संस्करण : आश्विन, २५६

संख्या : ५००

सहयोग स्वरूप रु. ३०।-

कम्प्युटर : पुष्कर राना

मु० :

रुबी प्रिन्टिङ्ग प्रेस (अफसेट तथा लेटर प्रेस)
विद्यालयमार्ग, गोरखा फोन नं. ०६४-२०१६३

फोन नं. : २०१८८, २०२३८

जिल्ला विकास समिति
गोरखा

पत्र संख्या : ०५५९०५६
चलानी नं. :   मिति : २०५६।०३।२१

विषय : शुभ-कामना ।

गोरखा बराम संघद्वारा बराम जातीको एक झलक नामक पुस्तक प्रकाशित गर्न लागेको जानकारी पाउँदा अत्यन्त खुशी लागेको छ । नेपालका विभिन्न जनजातीहरु मध्ये पिछ्डिएको बराम जातीको उत्थानका लागि स्थापित गोरखा बराम संघको प्रयास सह्रानीय छ र यस पुस्तकले बराम जातीको विकासमा टेवा पुऱ्याउनुको साथै यस जाती सम्बन्धि जानकारी राख्न चाहने सबैलाई सघाउ पुऱ्याउने छ भन्ने कुरामा विश्वास लिदै यसको सफलताको लागि हार्दिक शुभ९कामना व्यक्त गर्दछु ।

....

(हरि बहादुर घले)
उप-सभापति
जिल्ला विकास समिति
गोरखा ।

भूमिका

नेपाल वहुभाषिक, वहुधार्मिक र वहुजाती भएको एक राष्ट्र हो । यस राष्ट्रमा बसोबास गर्ने जाती मध्य बराम जाती पनि एक हो । यस जातीको आफ्नै किसिमको रितिरिवाज, भाषा, धर्म र संस्कार हुँदाहुँदै पनि विभिन्न जातजातीमा समाहित हुँदै आफ्नो जातीय अस्तित्वलाई दिनानुदिन विलिन गराउँदै गइ रहेको कुरालाई दृष्टिगोचर गरेर यस "गोरखा बराम संघ" ले नेपाल अधिराज्यभर छरिएर रहेका सम्पूर्ण बराम जातीहरुलाई आफ्नै जातीय अस्तित्वमा रहेर बाँच्न थप प्रेरणा दिनेछ भन्ने अपेक्षा यस पुस्तकले राखेको छ ।

यस पुस्तक प्रकाशन गर्न र बराम जातीको उत्थान गर्न प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष सहयोग पुऱ्याउने सम्पूर्ण व्यक्तिहरुमा यस "गोरखा बराम संघ" आभार व्यक्त गर्दछ ।

गोरखा बराम संघ

विषय सूची

१. बराम वा बराम् जातीको परिचय

हाम्रो देश नेपाल पहाडी मुलुक हो । यस देशमा धेरै जातीहरु बसोबास गर्दछन् । त्यसैले नेपाल बहुभाषिक र बहु धार्मिक देश पनि हो । हाम्रो देशमा बसोबास गर्ने जातीहरु मध्ये बराम जाती पनि एक हो । गोरखा जिल्लाको बगुवा, मसेल, तान्द्राङ्ग, आरुपोखरी, आरुचनौटे, थुमी, आर्वाङ्ग, स्वाँरा, सौरपानी, ताकूकोट, ताकू माझ लाँकुरीबोट, पन्द्रुङ्ग, देउराली, श्रीनाथकोट, थालाजुङ्ग, नारेश्वर, नामजुङ्ग, फूजेल, छोप्राक, धुवाँकोट, च्याङलिङ आदि गा. वि. स. हरुमा आदिबासी भएर बसोबास गर्दै आएको बराम जातीहरुको जनसंख्या करीब १५,००० जति रहेका छन् । यस जातीहरुको थुमी, डाँडागाउँ, पन्द्रुङ्ग तथा बोखला, छोप्राक आदि ठाउँहरुमा आफ्नै किपट, विर्ता तथा गुठीहरु थिए भन्ने पितापूर्खाहरुको वाक्यांशले पनि बराम जाती नेपालमा बसोबास गर्ने पुरानो जाती हो भन्दा कसैको दुईमत हुन सक्दैन ।

यस जातीहरु प्राय: न अग्लो न होचो मध्यम कद भएको पाइन्छ । पातलो दाह्री र जुँगा, गहुँगोरो वर्ण, सोझो, सिधा र सुरा हुन्छन् । समयको परिवर्तन अनुसार भेषभुषामा परिवर्तन भएको पाइए तापनि बुढाबुढीहरुको लवाइ हेर्दा खेरी आइमाईहरुले गुन्यू, चोलो, पटुका र पुरुषहरुले भोटो, कछाड जस्ता पोशाक लगाउने गर्थे भन्न सकिन्छ ।

प्राय: खेतीपाती र पशुपालन गरेर जीवन गुजारा गर्छन् । केही मानिसहरु सेना र प्रहरीमा सेवा गर्छन् । शिक्षाको क्षेत्रमा ज्यादै पछि परेको कारणले आर्थिक, सामाजिक र राजनैतिक क्षेत्रमा पनि निकै पछि परेको छ ।

भाषा :- यस जातीले बोलिने मातृभाषालाई बालकुरा भनिन्छ ।

धर्म :- बराम जातीहरु प्राय: हिन्दु धर्म मान्दछन् ।

सामाजिक संस्कार

(क) न्वारान :- बच्चा जन्मेको ५ दिन वा ११ दिनमा आफ्नो घरको समस्या अनुसार न्वारान गर्ने चलन छ ।

(ख) पास्नी :- छोराको ६ महिना र छोरीको ५ महिनामा आफ्ना नातेदारहरुलाई बोलाएर बच्चालाई टीका लगाएर पैसाको माध्यमबाट भात खुवाएर पास्नी गरिन्छ ।

(ग) छेवर :- यस जातीको छेवर गर्दा मामाले भान्जालाई गाईको गोठमा लगेर गाईलाई जस्तै दाम्लोले गलामा बाँधेर मुखमा पैसा, दुबो, गोबर, रोटी, चेप्न लगाएर मामाले कपाल काटि दिन्छन् । यसरी कपाल काटेपछि भान्जाको गलाको दाम्लो फुकाई दिएर मुखमा राखेको पैसा, गोबर, दुबो र रोटी भिक्न लगाउँछ । त्यसपछि काटेको कपाल लगेर पिपलको फेदमा राखी दिन्छ र भान्जाले लगाएको पुरानो कपडा फुकाएर नयाँ कपडा लगाइ दिन्छ । त्यसपछि भान्जालाई पुजा गरी टीका लगाएर घरमा ल्याइन्छ । घरमा ल्याएपछि नातेदारहरुले बच्चालाई टीका लगाई दिन्छन् र आफ्नो हैसियत अनुसार दक्षिणा गरेर रमाइलो गर्छन् ।

(घ) विवाह संस्कार :- सर्वप्रथम केटा पक्षबाट सुर्केपुङ्ग (एक बोतल रक्सी) को साथमा केटी पक्षलाई विवाहको प्रस्ताव राखिन्छ । केटा र केटी मन्जुरी भएमा ठेकी पुङ ल्याउने निर्णय गरिन्छ । ठेकीपुङ लैजाँदा १ ठेकी दही, १ धार्नी रक्सी, २० ओटा रोटी, १ मुठा सालको पात, १ मुठा सिन्का, १ वटा कुखुराको भाले, ९ पैसाको भेटी, १ फुर्लुङ्ग माछा, १ ढाक ऊखु साथै लमी बनेर जानेले दुई पट्टि धार भएको भाला लिएर केटा पक्षबाट केटीको घरमा लगिन्छ । यसरी लगेको ठेकी पुङलाई अक्षताले केटी पक्षबाट छर्केर पर्सिने गरिन्छ । यति काम सकेपछि भाला र ऊखुलाई बलेनीमा ठाडो पारी राखिन्छ र बाँकी चिजलाई सम्बन्धित केटीले समाइ भित्र लगिन्छ । त्यसपछि केटी पक्षको कन्याले दैलोमा गोबर माटोले लिपपोत गरिन्छ र सम्बन्धित केटाले दैलोमा भालेलाई काटि दिन्छ तत्पश्चात् केटीको बुबाले केटोलाई अक्षताको टीका लगाइदिन्छ । अनि खानपिन गरि सकेपछि छलफल गरेर विवाहको लगन हेरी दिन किटान गरिन्छ ।

विवाहको दिनमा जन्तीभन्दा अगाडि वरन्दिभारी (रितभात) लगिन्छ र वरन्दिभारीमा १२ धार्नी रक्सी, १२ विसा रोटी, बोकाको एउटा

सपेटा, १ पाथी चामल, १ मुठा सालको पात, १ मुठा सिन्का जस्ता सामाग्रीहरुको साथ फेरी पनि लमी अघि लागेर भाला लिएर दुलहीको घर जान्छ। यसरी रितभात लिएर जाने टोलीलाई दुलही पक्षबाट पर्सिने काम गर्दछ। यसपछि मात्र दुलही र जन्ती केटीको घर तर्फ लगिन्छ। जन्ती केटीको घरमा पुगेपछि केटी पक्षबाट अक्षता छरेर पर्सने गर्दछ। यसपछि केटीको माइतीले केटालाई बोकेर स्वयम्बर गर्ने ठाउँमा लगिन्छ। स्वयम्बर गर्दा दुलहीले करुवामा पानी लिएर तीन पटकसम्म घुमेर दुलाहालाई फूलको माला लगाई दिन्छ। यसरी स्वयम्बर सम्पन्न गरि सकेपछि भतेर खाइन्छ। भतेर खाइ सकेपछि दुलाहा दुलहीको गोडा धुने चलन छ। यही बेला जो सकेको दक्षिणा तथा दाइजो दिने चलन छ। यो काम सम्पन्न भएपछि माइतीले नदेख्ने गरी केटाले केटीको सिउँदोमा सिन्दुर राखिन्छ। तत्पश्चात् क्रमशः जुठो ख्वाउने, माउरो चटाउने, दुलाहाले दुलहीलाई उचालेर ठाउँ सार्ने, कन्यादान दिने कार्यहरु सम्पन्न गरि सकेपछि दुलही अन्माउने चलन छ। दुलही अन्माएपछि दुलहीको साथमा दुलहीको माइती गाउँलेका साथीहरु पनि सँगै जाने चलन छ। केटाको घरमा दुलही सहितको जन्ती आइ सकेपछि केटी भित्र्याउने कार्य शुरु हुन्छ। यस क्रममा सबभन्दा पहिले कन्यालाई दैलो लिपपोत गर्न लगाइ दैलोमा देवकलसको साथ धागो तथा ध्वजाहरु टाँग्ने, एक-एक मुठीको दरले सात थुप्रो धान चामल राख्ने र केटाले देवकलसलाई पूजा गरी केटा आफैले भाले काट्ने चलन छ। भाले काटेपछि दुलहीलाई नाघ्न लगाइ भित्र पठाइन्छ र पछिपछि दुलाहाले धागो, ध्वजा छिनाइ धान चामल कुल्चदै भित्र पसिन्छ। दुलही भित्र पस्नासाथ सासु, अमजु, नन्दले अक्षताको टीको लगाइ दिएर देलहीको मुख हेर्ने चलन छ। यसरी यस जातीको विवाह संस्कार सम्पन्न गरिन्छ।

(ङ) <u>मृत्यु संस्कार :-</u> कुनै पनि व्यक्तिको मृत्यु भएमा ज्वाइँ चेलालाई आँगनमा लिपपोत गर्न लगाई कसैले पनि नछुने गरि लासलाई राखिन्छ। आफन्तहरुले श्रद्धाञ्जलीको रुपमा फूल, अबिर मृतकको निधारमा चढाइन्छ। त्यसपछि सेतो कोरा कपडाले मृतकलाई नदेख्ने गरी छोपेर घाटमा लैजान्छ। यसरी लैजाँदाखेरी मानो सकिएको दिन भनेर एकमाना

चामलको भात पकाई टपरामा लिएर जान्छ साथै पैसा र सतविउ मृतकले गरेको भलाकृति र योग्यता सम्भेर दोबाटोमा राख्दै घाटसम्म जाने गरीन्छ ।

घाटमा पुगेपछि लासलाई पानीमा छुवाएर राखिन्छ अनि चित्ता बनाइ चित्ता माथि लासलाई राखी चित्ताको अगाडी पछाडी पातीको लिङ्ग गाडिन्छ र गएको मलामीहरुले लासमाथि माटो छरी सकेपछि सातो झिक्ने भनी लिङ्गोलाई उखालिन्छ । मृतकको सम्वन्धित छोरा वा छोरा सरहको जुठो लाग्ने व्यक्तिले दागबत्ती दिन्छ । त्यसपछि जलाउने वा गाड्ने काम गरिन्छ । मृतकको छोरा वा छोरा सरहको व्यक्तिलाई नै ज्वाइँ चेलाबाट कपाल खौरी झोपोझारी गरि घरमा ल्याएर शुद्ध र शान्त ठाउँमा राखिन्छ ।

ज्वाइँ चेलाले नै पकाएको अलुनो एकछाक खाइ दिनहरु बिताइन्छ । बाह्रौं दिनको बेलुका जाड, रक्सी, जिउँदो माछा, र पानी छुट्टाछुट्टै बाँसको ढुंग्रोमा राखेर शुद्ध ठाउँमा राखिन्छ । त्यसपछि तेह्रौं दिनमा ज्वाइँ वा भानिजले जौ, तिल र गाईको पिसाबले चोख्याइ दिएपछि नुनिलो खाने गरिन्छ । यसरी मृतकको सबै आफन्तहरुलाई चोख्याइ दिइन्छ । तेह्रौं दिनको साँझमा मृतकको दैलोमा लिपपोत गरि आफन्तहरुले अन्तिम श्रद्धाञ्जली मानी पानी दिने चलन छ । यो कार्य सकेपछि अघिल्लो दिनमा राखिएका सामानहरु मृतकको नाममा भनी मलामीहरुले केही पर बाटोमा लगेर छोडी दिन्छ ।

बरखी बस्ने व्यक्तिले मृतकले पाओस् भनेर चेलीबेटी र आफन्तहरुलाई टीका लगाइ दान दक्षिणा दिने चलन छ । अनि मृतकलाई सम्झेर ३ पुस्तासम्म वर्षमा एक पटक पूजा गरिन्छ तर ठाउँ अनुसार कुनै कुनै मृत्युसंस्कारमा पनि फरक पाइन्छ ।

२. गोरखा बराम संघको कार्य

(क) स्थापना :- गोरखा जिल्लाको विभिन्न गा. वि. स. हरुमा वसोबास गर्दै आएको बराम जातीहरुको बारेमा कुनै पनि व्यक्तिहरुले खोज अनुसन्धानको लागि कलम नचलाएको र यस जातीको धर्म, भाषा, सामाजिक रितिरिवाज लोप हुन लागेको हुनाले त्यसको संरक्षण र हर

क्षेत्रमा प्रगती गर्नको लागि २०५२ साल फाल्गुण १० गते गोरखा बराम संघको स्थापना भएको हो ।

(ख) उद्देश्यहरु :-

(१) धर्म, संस्कृति, भाषा र रितिरिवाजको संरक्षण र सम्वर्द्धन गर्ने ।

(२) सम्पूर्ण बराम जातीको विकास र उत्थानको लागि कार्यरत रहने ।

(३) नेपाल अधिराज्य भरि छरिएर रहेको बराम जातीको खोज तथा अनुसन्धानको लागि प्रयत्नशील रहने ।

(४) सम्पूर्ण बराम जातीको शैक्षिक, बौद्धिक, नैतिक, आर्थिक, शारीरिक, सामाजिक, राजनैतिक, साँस्कृतिक विकासको लागि प्रयत्नशील रहने ।

(५) मुलुकमा जातीगत संघ९संगठनहरुसँग समानताको आधारमा सम्बन्ध कायम राखी आपसी अनुभव आदान९प्रदान गर्ने र पारस्परिक सहयोगको लागि प्रयत्नशील रहने ।

(ग) प्रथम साधारण सभा :- "गोरखा बराम संघ" को विधान९२०५२ अनुसार गोरखा जिल्ला आरुपोखरी गा. वि. स. वडा नं. १ सातदोबाटेमा २०५३ साल भाद्र २१ र २२ गते प्रथम जिल्ला साधारण सभा करीब ५०० जनाको उपस्थितिमा सम्पन्न भयो ।





प्रथम साधारण सभामा निर्वाचित कार्य समितिहरु :

१.	अध्यक्ष	होम बहादुर बरामू
२.	उपाध्यक्ष	शुक बहादुर बरामू
३.	सचिव	सुश्री भद्र कुमारी बरामू
४.	सह-सचिव	कुल बहादुर बराम
५.	कोषाध्यक्ष	टूक माया बराम
६.	सदस्य	भैरब बराम
८.	सदस्य	वम वहादुर बराम
९.	सदस्य	जीत वहादुर बराम
१०	सदस्य	सन्त वहादुर बराम
११.	सदस्य	चमान सिंह बराम
१२.	सदस्य	कमल बराम
१३.	सदस्य	सन्त वहादुर बराम

(घ) मातृभाषा (बालकुरा) प्रशिक्षण कार्यक्रम :

गोरखा बराम संघको विधान अनुसार बराम जातीको मातृभाषा (बालकुरा) संरक्षणको लागि गोरखा जिल्ला पन्द्रुङ्ग गा. वि. स. वडा नं. ५ अन्तर्गत श्री भलीबारी प्रा. वि. विद्यालयमा प्रशिक्षक द्वय श्री डम्वर बहादुर बराम र मन कुमारी बरामबाट मिति २०५५ बैशाख १ गते देखि ७ गते सम्म संचालन गरियो । उक्त कार्यक्रममा पन्द्रुङ्ग, ताकू, बगुवा, ताकू माझ लाँकुरीबोट, पाँचखुवा देउराली, आरुपोखरी, थालाजुङ्ग, सौरपानी, छोप्राक आदि विभिन्न गा. वि. स. बाट उपस्थिति भइ ५० जनाको सहभागी थियो ।



३. मातृभाषा (बालकुरा) संकलन :

बराम वा बरामू जातीको आफ्नै मातृभाषा छ जसलाई बालकुरा भनिन्छ । गोरखा बराम संघको आयोजनामा सात दिने मातृभाषा प्रशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न गरि निम्नानुसारको शव्द तथा वाक्यांशहरुलाई मातृभाषा (बालकुरा) रुपान्तर गर्न सफल भयौं ।

(क) शब्द रुपान्तर

(नेपाली भाषालाई मातृभाषा वालकुरामा रुपान्तर गरिएको)

नेपाली	वालकुरा	नेपाली	वालकुरा
अंगार	चिङ्कुलिङ्ग	अंकमाल	चुम्को
खसीनपरेका(वोको)	मुतुर्दो	अँध्यारो	गिजिर्गाजिग्
अंशियार	अंशिनिधुम्	(चामलको) अक्षता	हाजा अक्षता
अगुल्टो	श्याम्पू	अग्राख (छिपिएको)	किपिक
अग्लो	आलांक	अजङ्ग	आलम्
अजमरी	कहिल्यैमसी	अजिङ्गर	आलम् पैनु
अपच	मपच्दी	अटेर	मासै
अडबङ्ग -नमिल्ने)	ममिल्दी	अडभङ्ग	मग्याम
अडेस	आड	अडेस देउ/लगाउ	आडपिउ
अड्को थाप्यो	अड्को किथात्दी	अत्तोपत्तो	यामाहा मामाधुम्
अर्धकट्टी	आधा माहा	अधियाँ	आपाक्/आपाक्
अनकन्टार	कुनियो	अनपढ	मपीढ्द
आज	तया	आउ (नजिकवाट)	तया
आउ (टाढावाट)	थया	अस्ति	चुङ्क्या
आज आउ	तया थया	आजै फर्क	तयन् थया
अनमेल (नमिलेको)	मग्याम्	अनुभव	किरा
अनौठो (नौलो)	क्यहउव	अन्धो	मिक्मनी
अमिलो	क्यउवा	अरिङ्गल	बात्
अर्को (अरु)	दवा	आँखी (डाहा लाग्नु)	मिक् किलग्दी
आँखा	मिक्	आँप	आँवा
आगो	मै	आन्द्रा	उयाङ्ग
आयो	कितै	आफन्त	निगोवात्/इविवाल
आफू	इविङ्ग	आफ्नो	इविको
आवदी भएको	आवदी क्युहुक्	आउँछ	ङित
आयो	कितै	आउँदैन	मतै

उज्यालो	क्याखो	उठनी (उठाउनु)	चिठीङ्गो
उडुस	पाए	उँपिया	विन्ज्युङ्
उता -पल्लो)	हुदी		
कचौरा	बटुको	कटुस	भर्वा
कनसुत्लो किरा	आवु	कपडा (लुगा)	मुँ
कपाल	स्याम्	कमलो (नरम)	काङ्गलो
कमिलो	आनाप्	कमेरो माटो (सेतोग्योवोनसा माटो)	
काइँयो	फेनी	काठ -दाउरा)	सिङ्ग
काँतर	न्यागु	कान	कुना
कानो -एउटा आँखा नदेख्ने)	देमिकम्नी	कालीमाटी	चिलिङ्ग नसा
कालो	चिलिङ्ग	कुहिरो -वादल)	आमू
कुकुर	आक्यो	कुखुरा	वा
कुटो	कुटोक्	केरा	डम्से
कोइरालो	कुन्डोक्	कोदालो	कुटोक्
कोदो	निङ्ला	कसरी	खालङ्
कसलाई	सुगै	कमाई	किमग्दी
कम्ती	युर्से	कपटी (खूनी)	मख्ला
कन्जुस	आलिक्	कम्ती दियो	युर्से किपी
कता जाने	कुनी यागो	कमसेकम	क्वानाक्वा
कन्दमूल (माटो भित्रको चिज)	नसा तुकु किफल्दी	कस्तो	खालुङ्
कत्रो छ	ककानै डिङा	कमाउनु	कम्दिगो
कसको	सुगो	करायो	क्वाई
कति	क्वा	कहाँ	कुनी
कतावाट जाने	कुनाङ यागो	कसिलो -मोटो)	क्योछो
कक्रक्क (सुकेको)	केक्सी	कहाँवाट आउनु भयो ?	कुनाङ किथिया ?

कहाँबाट आयो ?	कुनाङ् किचै ?	काम गर	काम तुको
काट्यो	किलाक्	काट्दिन	अलाक्कै
काइदा (राम्रो)		कपाल कोर्नी	श्याम् कोइछिम्
कपाल कोर	श्याम् कोइछिया	कपाल कोर्दिन	श्याम अक्छिन्
कपाल कोर्छु	श्याम् कोइछिम्	काम्नु	क्योहुन्
कान्छा बा	कान्छा आवै	किन ?	हारे ?
किन (सामान किन)	हिङ्गो	नकिन	महिङ्गो
किरा	आवु	किनारा (छेउ)	उचेउ
किच्नु (थिच्नु)	क्याप्	किच्यो	किकिच्दी
कोपाऱ्यो	किकोपर्दो	कोदो	निङ्ला
कान	कुना	काँडा	आछु
काउनु	आया	किन्नु	हिङ्गो
काम नगर	काम मनुको	काट्न	लाक्को
काट	लाको	नकाट	मलाक्को
काँचो	पगु	कोच्नु	खादिन्गो
कोच	खान्दिउ	नकोच	मखान्दी
कोट्याउनु	कोट्माइदिगो	कोट्याउ	कोट्याइदिपीउ
कोतार्नु	कोटार्दिगो	कन्याउनु	गोइजिगो
कन्याउ	गोइजिउ	नकन्याउ	मगोइटिन
कराउनु	क्वाइगो	कसैको	सुगम्
केही छ ?	हाइ निङ्गा	कुर्नु	क्यावन्
कुर	आवानो	कुद्नु	गभाना
दौड्नु	गभान्गो	कुहिनु	किन्या
कुल्चिनु	गज्यान्गो	केटी	मामाचा
कुडिनु	स्वाकी कुर्दो	कोक्यायो	क्यासक्
काँडा बिझ्यो	आछुई किचोक	केटा	पापाचा
कुट्नु	आक्चुगो	कुनि	च्यो
कहिले आयो ?	कहिले तया ?		
खँगार्नु	मइचियागो	खकार	आक्छ्यो

खकाल्नु	खकाल्दिगो	खटिरो	कछ्यू
खन	खत्	खरानी	मायु
खनायो	आइकोक	खाजा	आरनी आनो
खाली	वेगु	खच्याकखुचुक	ख्याल्जीदी
खजुरो	लम्परे	खट्यो	खिखट्दी
खट्नु	खट्दीगो	खानु	चागो
खट्कनु	केइछ्याक	खन्नु	कुटोक्को
खन्याउनु	खन्दिगो	खानु	चागो
खुट्टा	उन्जी	खोला	गुदुल
खोस्रिनु	खुतैव्यु	खप्नु	खप्दिउ
खरेटो	आछेप्रोत	खलियो -चाङ)	कल्य
खादाँखाद	खान्दिङ	खाना	किचा
खप्ट्याउनु	खप्टिदिगो	खास्टो (ओड्ने कपडा)	बर्को
खुवाउनु	पान्गो	खुशी	किछ्यूत
खेत	गह्रा	खुसुक्क	मखाया
खेल्नु	बनेको	खै खै	प्याङ प्याङ
खैल्यायो	किखिईलिदी	खसाल्नु	जेङ्गिगो
खोज्नु	आदाङ्गो	खोत्नु	खोत्दिगो
खोक्नुस	खोक्दिया	खोईत	खोईले
खस्नु	व्याङगा	खाने	चागो
खायो	किचा	खुशीयाली	क्रिमाइदी
खल्लो	मज्याक	खेलाडी	गेब्नेवाल
खेल	गेब्ने	खुल्दुली लाग्यो	खा खा किलक्दी
खत्तम	गिदाद माहा	खपडा	कब्ल्याट
गँगटो	कंखे	गड्यौला	कलकोत
गाई	स्या	गोरु	गाल्वो
बालेको	गिगल्दी	गनाउनु	केपनाङ
गनायो	केप्नाम्	गर्नु	तुक्को

ग्वायो	गिग्वाइदी	गिज्यायो	किचेक्स्यौल
गएन	मया	गाई आयो	स्या कितै
गायक	गीत गाउने	गीत गाउ	गीत लिओ
गल्नु	गन्दिउ	गोठ	गुट्ठा
गेडा	गेँन्जक	गोप्य	मख्खामा
गाउँ	हानुङ्	गुरुङ्ग	स्याङमी
गुरुङसेनी	स्याङमी मामा	गुरुङ्ग (छोरा मान्छे)	स्याङमी पापा
घुमाउनु	घुमाइदिगो	घुमायो	गिघुमाइदी
घुमाउरो	गिघुम्दी	घुम्न जाऔं	हिघुम्दी
घर	नाम्	घुम्यो	गिघुम्दी
घुस खायो	मख्खामा किचा		
चल्नु	कुतिया	चल्छु	कुतिगो
चल्यो	क्योक्ती	चऱ्यायो	किचर्दो
चोर मान्छे	क्याकु बाल	चाक	आसन्
चाप्नु	चाप्दिमो	चाप्यो	किचाप्दी
चपाउनु	कुनइगो	चाख्नु	आङन्याणो
चपाएको	क्योक्नै	चपाउ	कुनइयो
चाहनु	किछुत्	च्वाँस्स घोच्नु	क्योन्दि
चुडाउनु	जिवेदको	चुडाई दियो	गिजिवेद
चिन्ता भयो	चिन्ता किलिक्	चिप्रा	मेक्ताङ
चिप्लिनु	फलेङ्गो	चिप्लो	क्याफ्लेग
चकचक् नगर	चकचक मातुको	चट्टान (ढुङ्गा)	कुम्बा
चन्द्रमा	चलाउनी	चरा उड्यो	चरा गोब्ल्या
चामल	हाँजा	चिप्ल्यो	केफ्लेन्
चिमचिम	मिक गिज्याम	चिमोट्नु	कुचिम्को
चिमट्यो	क्योक चीक	चिर्नु किचिर्दो	कपास खमात
चिल्नु	क्याङ्ग	चिलायो (चिलाउनु)	क्याची
चलाउनु	च्योक्तीगो	च्याउ	आमुन

चाट्यो	किल्याक	चाट्नु	ल्याक्को
च्यात्नु	जेन्गो	च्यात्यो	गिजेन
चर्नु	ग्यामिनो	चऱ्यो	ग्यामिन्
चरायो	किभ्यामिन	चराएन	मच्याभिन
चराइरहोस्	माभिन माछ्युम्	चलेन	मोक्ती
चिम्लनु	गिज्याम्	मैले चिने	ङै किची
चिनेन मैले	मचिदो ङै	चिलाउने (रुख)	क्याङ्मा
चुप लाग	मख्खामा हुक्का	चुसाउनु	ज्यामुनो
चपाउनु	कुनेगो	चम्किना (जुम्राको नानी)	खचिक्चिक्
चरा	ज्याली		
छ	निङ्गा	छट्यायो	किछट्टयाइदी
छट्पट्	किछट्पट्दी	छिन्काउनु (अलग-अलग गर्नु)	किछिन्किदीङ
छम्किनु	छम्किदिउ	छल्नु	मिभुक्याइदी
छल्यो	गिछल्दी	छम्कियो	किछम्किदी
छाउनु	छाइदिम	छायो	किछइदी
छाउरा	गोइबा	छाउरी	कोइम (कुकुरको बच्ची)
छोड्नु	जीबनो	छोड्यो	गिजीबुन्
छोडेन	मजीवुन	छिप्नु (लुक्नु)	फ्यागो
लुक्यो	क्याफ्या	छिर्नु	किछिर्दो
छल्लिनु	किछिल्दी	छल्लियो	छल्दियाच
छुट्टिनु	कफेगो	छलेन	मछल्दी
छाम्नु	आसुयो	छुट्यो	क्याक्यफे
छेकारो	छेक्दिगो	छेड्यो	किछेक्दी
छोरा	उचुवा	छोरी	उम्मै
छ्याङ	तुङ	छ्वाम्मै हाल्नु	छवाम्म हाल्को
छुनु	किछु	छोयो	किहु

छुना हुन्ना	मछुड़ं	छैन	माहाँ
छर्नु	सुक्क	छान्नु	छाप्दीउ
छाम्यो	क्यासुप	छात्यो	किछाप्दी
छान्नु	छान्दिउ छाँन्दगो	छान्यो	छाँन्दिउ
(जाँड) छान्ना	तुड बुल्लो	निखा	किरका
छोप्नु	छोप्दिगो	छोप्नु	छोप्दिगो (छोप्दिउ)
छोप्दैछ	छोप्दै डिङा	छुट्याउनु	ख्यापिगो
छोटो	इकुरी	छोड्नु	जिगुनो
छोडिदिनु	जिवनपियू	छाट्नु	छाटिदिउ
छाट्यो	किछट्दी	छादनु	क्याख्दी
छाद्यो	क्याखट्		

जिब्रो	चेले	जाँच्नु	जाँच्दिउ (जाँच्दिगो)
जाँच्यो	गिजाच्दी	जटिल	पराक
जडान	जोडिदिउ	जम्मा गर	जम्मा तुक्को
ज्वरो आयो	ज्वरो किलै	जरजर हुनु(भकर्नु)	जरजर लिको
जाँगर नभएको	जाँगर भाँडागो	जाडो	क्योसुम्
जानु	यागो	गायो	क्या
जाम	यई	जिउँदो	मसिगो
जित्यो	गिज्जिदी	जित्नु	जित्दिगो
जित्छु	जित्दिम	जिरिङ्ग हुनु	जिरिङ्ग किलदी
जुका -पेट भित्रको)	कुयात्	जुगा (घाँसमा पाइने)	पालित्
जुन -चन्द्रमा)	चलाउनी	जाती	वाङ्ग

झनझनायो	गिझन्झनदी	झगडा	गेग्जी
झाट्नु	झाटिदगो	झाँडा	कूँ
झिक्नू	आसिङ्गो	झुर्‍यो	नधिझुर्धो
झुल्नु	क्यूहुद	झम्टनु	झम्टिदिगो
झम्ट्यो	मिझम्टिदी,	झम्टेन	मझम्टिदी

झपान्नुं	मिझपादी	झमेला भयो	झमेला किलिक्
झरेको	मिझर्दी	झर्को मान्नु	झर्को किमग्दी
झुप्रो	एकाने नाम्	झल्यास्स व्यूँझेको	पन्ना किवाक्चे
झट्टै आउ	झट्टै थया	झार्नु	झार्दिउ
झुपडी	एकनी नाम	झरना	छ्याङ्गा
झुण्डिनु	लल्लैगो	झुण्डयाई देउ	चेल्लैगो, चेल्लैपिउ
झल्को लाग्यो	झल्को किलक्दि	झर्को लाग्यो	झर्को किलक्दि
टाँस्नु	किटास्दि	टाँस्छु	टास्दिम
टाँस्दैछ	टाँस्दिङ ङयूहुक	टाँस्यो	टास्दी
टकटक्याउनु	टकटक्याउदी	टट्याउँछ	ङिटक्याउदी
टक्रयाउनु	टक्रयाईदिगो	टक्रयाउ	टक्रयाउदिउ
टक्क अड्नु	टक्क क्याङ्दी	टक्क अट्दिनुस	टक्क अड्दिपिउ
टक्क अड्दयौं	टक्क अड्दिम्	टनक्क	विपर्दो
टपटप टिप्नु	टपटप स्यो	टर्रो	ग्योवाक्
टर्नु (टर्‍यो)	टर्दो	टाउको	कप्पु
टार्दैउ	किटार्दी पिउ	टार्छु	टार्दिम
टहटह जुन लाग्यो	टहटह चलाउनी ग्याग्दङ	टाँग्नु	टाग्दी
टाँग	टाँग्दिउ	टाँग्यो	किटाग्दी
टाढा	कालोक	टार्नु	टार्दी
टार्छु	टार्दिम	टार्‍यो	किटार्दी
टाल्नु	टाल्दी	टालेको	किटाल्दी
टाल्छु	टाल्दिम	टिपोट	सेकिता
टिमुर	उख्माङ	टिल	किकोइ
टुट्यो	किटुट्दी	टुमक्क	किसेन्
टुसाउनु	टुसाउदी	टुसायो	किटुसाउदी
टेक्नु	टेक्दि	टेक्यो	किटेक्दी
टेर्दिनु	टेढ्दी	टोक्नु	क्याङाँक
टोक्न	किक्याँङ्के	टोकेन	माहाँक्

टोकेर गयो	आङ्कक्या	टोलाउनु	टोलाउदी
टोलायो	किटोल्दि	टोलाउँदै	टोलाइदिङ
टोलाएर	किटोल्दी	ट्वाल्ल हेर्नु	ट्वाल्ल. क्यायो
टिप्यो	किस्यो	टल्क्यो	किटल्किदी
टुक्रा टुक्रा	आपाक् आपाक्	टुहुरो	टुंग्रा

ठग	किठग्दी	ठटाउनु	महित्यु
ठटा (हिर्काउनु)	माहाँ	ठहर्नु	ठहर्दिउ
ठहरै मऱ्यो	ठहरै किसी	ठिटा	पापाचा
ठिटी	मामाचा	ठिक छ	ठिक डिङा
ठुस्किनु	ठुस्किदी	ठुस्क्यो	किठुस्किदी
ठूलो	आलम्	ठेस्नु	ठेस्दी
ठोस्नु	ठोस्दी	ठोस	ठोस्दी
ठग्नु	ठग्दी	ठ्याम्मै मऱ्यो	ठ्याम्मै किपर्दो
ठम्याउनु	ठम्दि	ठूलीआमा	आमालाम्
ठूलोबा	आवैलाम्	ठूलो चाही	आलम्चाही

डढेलो लाग्यो	डढेलो किलग्दी	डकार्नु	डकार्दो
डग्नु	डग्दी	डग्दैन	मङग्दी
डढ्नु	किमाक्	डर लाग्यो	क्यागु
करायो	क्यागु	डाँक्नु (बोलाउनु)	आँखो
डाक्यो	क्याखो	डाम्नु	डाग्दी
डण्डी	डिङना	डिल (छेउ)	उच्यो
डुब्नु	डुब्दी	डुब्यो	मिडुब्दी
डुल्नु	डुल्दी	डुल्यो	गिडुल्दी
डडाल्नु (भुस)	विस्याक्	डढायो	मैं किमाक्

ढाक	ढाक्दिउ	ढाक्नी	ढाक्दिपिउ
ढल्कनु	ढल्किदी	ढल्क्यो	गिरक्लिदी
ढाँट्नु	ढाँट्दी	ढाल्नु	ढाल्दि

ढिकी	कुन्टिक्	ढुक्नु (पर्खनु)	ढुक्दि
ढुकुर (चरा)	ढुकुर च्याली	ढुङ्गा	कुम्वा
ढोग्नु	ढोक्दी	ढोल्नु (पोख्नु)	हुक्को
ढोलाई देउ (पोखाइ देउ)	हुकुँ पिउ	ढल्कनु	ढल्किदी
ढल्क्यो	किठल्किदी	ढिडों	पाकाँङ्ग
त्यसपछि	तिगाङ्ग	तन्नेरी	पापाचा
तपाइँ	नाङ्	तपाइँहरु	नाङहरु
तर्नु	तर्दो	तऱ्यो	किनर्दो
तल्लोघर	याङलम्	तरीका	हेलङ्
तरकारी	कोक	तर्सियो	कितर्सिदी
तर्सेन	मतर्सिदी	पानी (जमेको)	आवा गिजम्दी
ताक्नु	ताक्दी	ताकत आयो	ताकत कितै
ताछ्नु	ताछ्दी	तातो	केवान्
ताप्नु	जानो	तान्नु	आम्बुत्को
तामा बाँस	तामा भुँ	तार्नु	तार्दि
ताऱ्यो	कितार्दी	तिर्खा लाग्यो	किस्का किलग्दी
तँ, तिमी, तपाइँ	नाङ्	तीतो	केक्स्या (मच्याक्)
तीन	सोम	तेस्रो	सोम
तेल	आसा	तोड्नु -भाँच्नु)	तुईगो
तोड्यो	कितुई	त्यहाँ	उतिगी, उगई
त्यस्तो	त्यस्ताक	त्यसरी	होचीङ्
त्यो	त्यो	त्यही हो	त्यही चीन् हो
तान	आवुत्तो	तेरो	नाङ्गो
तोकिएको ठाउँ	कितोक्दी ठाम्	त्यसो भए	हेलङ् लिक्ले
(घर) तिर गयो	(नाम्) पत्ता किया	तर्कनु	तर्किदी
तन्क्यो	कितन्किदी	तल	ङ्याङ
तर्सायो	किच्यागु	(म) तर्से	ङा क्यागु
तपाइंको	नुङ्गो	तपाइले	नुङए

तिर्नु	तिर्दिउ	तँलाइ	नाङ्गै
त्यसपछि	तिगाङ्	तिर्खा	किस्को

थप्नु	थप्दी	थप्नुस, थप, थप्छु	थप्दिम्
थर्कियो	किथर्कोदी	थर्काउँला	थर्कादिम्, किथल्दी
थला पऱ्यो	थला किलिक्	थाल्यो	किथल्दी
थाक्यो	किथुई	थाप्यो	किथाप्दी
थाप	थाप्दिउ	थाल्नु	थाल्दिगो
थुक्यो	किथुक्दी	थुक्दिन	मथुक्दि
थुन्यो	किथुन्दि	थुपाऱ्यो	किथुप्रिदी
थिएन	माहाँच	थियो	किङाच
थरीथरी	दबादबा	थाहा छ ?	थाहा डिङा ?
थकाई लाग्यो	किथुई		

दङ्ग पऱ्यो	दङ्ग किलम्दी	दन्कनु	गिदन्कीदी
दब्नु	दब्दिगो	दल्नु	दल्दिगो
दल्यो	गिदल्दी	दाँत	स्वा
दाल	पैतोग	दियो	पिया
दिनु	पिउ	दुईटा (दुई)	हिइस्
दियो	किपी	दिनुपर्छ	पिगो न्यप्ना
दिनु हुँदैन	पिगो मलिक्	दुख्नु (विरामी हुनु)	क्याक्चा डिङा
दुना (पातको)	लक्चे	दुहुनु	आसितो
दुध	ननु	दुध दुहियो	क्यासयुत्
दुध दुहेन	मक्यासयुत्	दाजु	दाजे
दिसा	कुँ	दिसा लाग्यो	कुँ कितै
दौड्नु	गभान्को	दुब्लाएको छ	गिदुब्लीदी डिङा
देख्नु	ङहिनी	देख्यो	किनी
देख्दैन	मनी	दोबार्नु	दोब्राइपिउ

दोधार भयो	हिंदिनी हुदी किलिक्	देखाउनु	चिन्यू
दबाउनु	म्याम्नु	दिनुस	पिउ
नाम	उमेन	दाउ पार्नु	दाउ तुक्को
दर्कियो	गिदर्किदी	दाउरा	सिङ्ग
दाजु	दाजे	दिउँसोमा	उनिसके
दु:ख पायो	दु:ख गिदुम्	दिएछ	पियाछ
दिएन	मपि	देखाउनु	चिन्यू
धकेल्नु	नुत्को	धक मान्नु	धक किलग्दी
धस्नु	धस्दिगो	धागो	लक्यून्
धुल्नु	धुत्दिगो	धुत्छु	धुत्दिम
धोक्नु	धोक्दिगो	धोकेको	गिधोक्दी
धोबी	मुँ हुइगो बाल	धोती	पस्यु
धकाल्यो	किनुत्	धकाल	नुतो
धारिलो	किस्वा	भुत्ते	मस्वा
धसार्नु	धस्दिगो	धम्काउनु	धम्कादिगो
धान	आँजा	धुँवा	स्कु
नक्कली केटी	नक्कली मामाचा	नक्कले केटा	नक्कले पापाचा
नङ	नङ्जिउङ्	नदी	मुदुल
नाई	मामी	नाइटो	पुत्तनी
नाक	चीम	नाँच्नु	स्यागो
नाचन्	स्यारा	नाच	स्या
नाङ्गो	बंगु	नार्नु	नार्दिगो
निन्द्रा लाग्नु	निन्द्रा किलक्दी	नारेको	क्रिनर्दी
नजिक आउ	यिगिङ्ग तया	नाल	नाल्
निधन	किसी	नास्सिनु	नास्दिगो
निभ्नु	किसी	निमोठ्नु	निमोठ्दिगो
निम्तो	निम्ले	निरोगी	सन्चो डिङ्गा

सन्चो छौं	सन्चोमा	निस्कनु	ख्योको
निहुरनु	निहुरिदिगो	नुहाउनु	सुइगो
नुहायो	किसै	नकरा	मख्खामा
नकराइ बस	मख्खामा हुक्का	नरुनु	मापाई
नराम्रो	मँसिन	नरमाइलो	मरमोइदी
नाङलो	लोमे	निन्द्रा	मिक् क्योहुँ
निदायो (सुत्यो)	किना	नुन	छ्या
नुहाउने	सुइगो	न्यानो	ग्योदुम्
नरम (कोमल)	काङ्लो	नाम	उमेन
नमान्नु	आसै	नमिलेको	मग्याम, ममिल्दी
नेकोर्सो	होक्च्याले		
पचाउनु	पचदिगो	पछ्यार्नु	पछ्यार्दिगो
पट्कनु	च्याइगो	पट्ट्याउनु	पहिदिगो
पन्साउनु	पन्सिदिगो	पर्सिनु	पर्सिदिगो
पल्कनु	पल्कदीगो	पल्क्यो	किपल्किदी
पल्लो	हुदी	पस्कनु	अम्बो
पाउनु	दुम्गो	पाक्नु (पाकेको)	किमिन्
पुरुष जननेन्द्रिय	आख्राक्	पापा	क्याङ्
परागुम्	नाम्दुई, नोम्पुई	पठाउनु	च्यागो
पढ्नु	पढ्दिगो	पत्याउनु	किपटी
पत्यायो	किपट्दी	पछ्यार्‍यो	किपछ्यार्दो
पर्खनु	लाखै	पलायो	किपलाइदी
पल्कनु	पल्किदिगो	पल्टनु	चेलुङ्गो
पस्नु	ह्याङ्गो	पहेंलो	केउओ (केउव)
पाछ्र्यो	किपाछ्र्दी	पानी	आवा
पाल्नु	पयुल्गो	पार्‍यो	किपार्दो
पालुवा (भरखर पलाएको)	भरखर किपालादी	पिट्नु	न्याक्को
पिउनु	स्याङ्को	पिर्‍यो	किपिर्दी

पिल्लियो	किपिल्दी (किमिल)	पोछ्नु	चेमात्को
पोख्नु	हुक्को	पाउँछु	दुमुङ्
पोहोर	नस्यो	पोहोरपरार	नस्यो नसिना
पैसा	क्याफ्लेन्	पोल्नु ।	लित्को
पोल्नु	जोहो	पोल्यो (आगोले)	किवोहो किहिक्
पर्सो	इच्याले	पहिरीनु	पहिरीदिगो
पिडालु	याक्	पिउरी	खमात्
पिट्नु	मोगो	पिरो	क्यासोक्
पुग्नु	हचेल्गो	पुर्नु	पुर्दिगो
पोख्यो	किहुक्	पोथी	हुमा, होमा
पिङ्ग	चहई	पिठो	म्याग्
पिप	आइत्	पुच्छर	पितिक्
पुड्के (छोटे)	इकुरे	पुरानो	नस्यूँ
प्वाल	गुदङ्ग	पिसाब	चि
पिसाब लाग्यो	चि केहेन	पोथी बाँस्दैन	होमा मोखे
पकायो	किच्युवाम्	पक्रनु	चुम्गो
फन्क्यो	किफन्किदी	फर्क्यो	किहिल्
फाँड्नु	फाँडिदिगो	फाट्यौ	गिजेन्
फुक्यो	किमुत्	फुकन फुक	मुत म मुत
फकाउनु	च्यूवाम्गो	फर्कनु	हिल्गो
फर्क	हिला	फाट्नु	जेन्गो
फाल्नु	आक्छ्यागो	फाल्यो	क्याक्छा
फुक्नु	मुत्को	फुर्कन	ममुत्
फुकाउनु	वात्कौ	फुट्यो	किपा
फुर फुर रमायो	ङिफुर्किदी	फुत्क्यो	किफुक्तिदी
फर्कनुछ	हिल्गो	फुत्कनु	वातो
फेर्नु	फेर्दिगो	फोर्नु	पाक्को
फराकिलो छ	फराक् निङ्गा	फिट्नु	फिटीदगो
फलेको	किफल्दिगो	फुपु	पाफू

बयान गरेको	बयान कितुक्	बज्यै	आजी
बनेल	पक्स्या	बतास (हावा)	आसी
बरखी फुकाउने	बरखी चिफुक्दिगो	बटुवा (बाटो हिड्ने मान्छे)	उङ्मा गिज्योवाल्
बराज्यू	जिज्यूबाजे	बल आयो	बल कितै
बल आएन	बल मतै	बस्नौट (विवाहमा मुँ दमाइलाई दिइने पगरी वा कपडा)	
बर (गोरुको)	गोल्वु बर	बहिनी	आबी
बहिरो (कान नसुन्ने)	कुना मसै	बाँकी रहेको	आपाक् क्युहुक
बाँध बाँध्नु	बाँध किल्दी	बाँध्नु	किल्दी
बाँस	भुँङ्ग	बाउसे गर्नु	बाउसे तुक्को
बाख्रा	मिच्छ्या	बाघ	बुमाङ्ग
बाजा बजाउनु	बाजा किच्याइ	बजाउने	च्याइगो
बजाएको	किच्याइङ्ग	(ज्यादै) बूढोमान्छे	चङ्पा बाल्
(ज्यादै) बूढीमान्छे	चङ्मा बाल्	बाटो	उङ्मा
बादल	आमुँ	वान्ता गर्नु	क्युवाक्दी
वाक	वाक्	बाफ	वाफ्
बाबु (बुबा)	आवै	बार छेक्नी	बार छेक्दिगो
बहिनी	आबी	बाल (बालक)	उचारु चाचा आबु
वालो (हातमा लगाउने)	वालो	धानको बाला	आँजा वाला
बासी	क्योस्यू	बासना आयो	वासना कितै
बाहिर	नाम्बु/आम्बु	बाह्रमासे	बाह्रमासे
बिटुलो (जूठो)	मुनाङ् विटो	बिराम (गल्ती)	विर्दिगो
विरामी	केक्चा	बिरालो	मन्जि
बिरेनून	बिरेछ्या	बिस्कुन	अन्दल
बिउ	आयु	बुई	चपुगो

बुकुल्टो (फूको)	बुकुल्टो, फुको	बेसन	(चनाकोचना भ्याग पिठो)
बहिला (नानी नपाएको)	उचाम्धुम्	बोक्सी लागेको	बोक्सी क्याहेत्
बोडी	बोडी	बोसो	कछो
वन्दि (थुन्दियो)	किथुन्दी	बाँदर	पयुक्
विधुवा	विधुई	विना (वाहेक)	विनु
बेच्नु	उपङ्गो	बग्नु	बग्दी
बच्नु	हुका	बज्नु	च्याइगो
बटार्नु	बटार्दिगो	बटार्‍यो	गिबटार्दो
बढ्नु	आलम्	बढार्नु	चिफेत्को
बताउनु	दैपिउ	बतास	आस
बराल्यो	गिबराल्दी	बल्नु	क्यात्ता
बाँडनु	थयोगो	बार बार्‍यो	बार गिवार्दो
बिउँझनु	किपक्चे	बिग्रियो	गिबिग्रीदी
बिझ्यो	किचोक्	बुझेन	मबुझ्दी
बित्नु	सिगो	बेर्नु	बेर्दिगो
बेर्‍यो	गिविर्दो	बेसाउनु	बेस्दिगो
बोल्नु	खलागो	बोल्यो	गिखला
ब्याँउनु	बोगो	ब्याएको	गिबो
बस्नु	हुक्का	बच्यो	गिबच्दी
बराम	बाल्	बुढाबूढी	उकैउमै
भाले बास्यो	भाले क्योखे	भत्कनु	भत्किदिगो
भन्नु	दागो	भन्यो	गिदा
भाँच्नु	तुइगो	भाँच्यो	किंतुई
भाउजु	हिमा/हिङ्मा	भाग्यो	गिभाग्दी
भागौं	भाग्दी	भिज्नु	चिङ्गो
भिज्यो	किचिङ्ग	भुँडी	उयाङ्ग
भुट्नु	आँहुँको	भुल्कनु	किपु

भुए	पिस्याक्	भोली	होगै
भेट्नु	बान्को	भेट्यो	क्युबाप
भेना	पुङ्पा	भयो	किलिक
भासिएको	गिभास्दी	भएन्	मलिक्
भीर	प्राक	भर पर्नु	भर पर्दो
भात	आम्	भात खायो	आम् किचै
भानिज दाइ	पाफू उचा	भेना	छ्युङपा
भित्र	नाम्कु	भुत्ते	मस्वा
भूमरी	गिद्युम्दी	भेट हुन	भेट लिक्को
भैलो माग्नु	भैलो आहुको	भोक लाग्यो	उयाङ्क
भ्याकुर (तरुल)	कोई	भ्यागुतो ठूलो	पंका
भ्यागुतो सानो	प्याङ्सुत्	भाइ	आले

म	ङा	मच्चनु	मच्दीगो
मच्यो	किमच्दी	मन पर्नु	मन किपर्दो
रमाउनु	क्युछ्युत	मर्नु	सिगो
मसार्नु	आसुत्यो	महिला जननेन्द्रिय	कुछ्यूम्
माखा	आसिदु	माटो	नसा
मात्तिनु	किम् मात्तिस्	मान्नु	क्यासै
मास्यो	किमास्दी	मिलेको	गिग्याम् (किमिल्दी)
मिल्दिन	आग्याम्	मुत्नु	स्यूगो
मुसो	पैयू	मुल फुटेको	मुलकियो
मेरो	ङागो	माग्यो	क्याँहु
मिसाउनु	चिकात्को	मिसाम्	चिकातै
मिलाउन	किचिकात् (किस्कात्)	मुख	अनाम्
मकैं	मकैं	मखमल	मखमल
मगन्ते	क्याहुबाल्	मजा (आनन्द)	टुक्क
मजेत्रो	कब्रुक्	मन्टो (टाउको)	कपु
मन्तर गर्नु	मन्तर तुक्को	मसिनो	इकिन्दे

शुरो मानिस	किसुर्दीवाल्	शुली	हकुतु
शून्य	वंगु	शिकार खेल्ने	शिकार ब्रनेजो
शिकार खेल्दैन	शिकार मब्ने	सहयोग गऱ्यौ	सहयोग कितु

साधनु	साँन्दिगो	साउनु	सैदिगो
साउती	मखाम् दागो	साङ्ले	गोमो
सट्टा (साट्नु)	गायगो	सानो	इकिनी
सामुन्ने	(निंगो) सामुन्ने	सोच्नु	सोच्दिउ
सोध्नु	आहित्वो	स्तन	ननु
स्वास्नी	उमै	स्वीकार गर्नु	मिल्दिगो
सक्यो	किदात्	सकिन	मठाङ्
सम्झनु	सम्झिदिगो	सल्कनु	सल्किदिगो
सुकिलो	ग्यावो	सक्नु	दातै
सित्तैमा	होन्	सुकायो	गिजावो
सुनौला	किसेन्	सखाप	गिविग्रिदी
सप्रियो	किसप्रिदी	सन्तुष्ट हुनु	सन्तोष लिक्को
सन्तुष्ट भयो	सन्तोष किलिक्	समूह	ध्यङ्थाङ्
सराप्नु	सराप्दिगो	सर्कनु	सर्किदी
सर्क्यो	किसर्को	सक्सक्	किस्सक्
सुताउँनु	चिनोगो	सुन्छु	ङिसै
सुन्यो	किसै	सुनाउँला	चिसैम्
संगठन गर्नु	शंका किलग्दी	साङ्ले	गोमो
सिक्नु	सिक्दिगो	सिल्पट्	पठ्ठ
(केही पनि) सुनेन	हाईमुङ मसै	सुन्नु	सैगो
सुनायो	किचिसै	सुचना आयो	सुचना किर्ते
सारिन	मसार्दो	सिंगान	नेप
सियो	पनुङ्	सिस्नु	आयाँक
सुनिनु	ग्यावो	सुहाउनु	किसैदी
सेलाउनु	सेलाइदी	सिरेटो (चिसोहावा)	चिसो आसी
सिङ्ग	उयुङ्	संगुर	पक्स्या

सुर्ती	होला	सुली (कुखुराको)	हर्कु
सूर्य (घाम)	उनी	स्याल	जम्बु
सालको रुख	स्याखु स्याङ्मा	सखरखण्ड	मन्जीकोइ
सट्टापट्टा	गायगोमगाएगो	सलह (फरङ्गो)	आकुम्
हाँस्नु	नुईगो	हाँस्यो	किनुक्
हँसिलो	नुइङ्क्यू	हट्नु	हट्दिया, हटिद्गो
हाँडी	कप्तयाक्	हान्नु	आत्को
हामीहरु	निरु	हार्नु	हार्दी
हार्‍यो	कपार्दी	हुर्काउनु	आलम् तुको
हेर्नु	आयगो	हेर्‍यो	क्यायो
हो कि होइन	होकी मामी	हाम्फाल्नु	काम्फाल्दी
हग्नु	नइगो	हगी	मामिले
हम्कनु	हम्काइदिउ	हाइकाढ्नु	हाईकितै
हाम्रो	निगो	हाल्नु	चुन्गो
हिर्काउनु	म्होगो	हेप्यो	किहेप्दी
हराउनु	क्यइकु	हात	हित
हामी	नी	होचो (छोटो)	इकुरी
हैरान भयो	हैरान् किलिक्	हिजो	मिन्या

बालकुरामा अनुवाद गरेका केही वाक्यांशहरु :

१. मसँग कलम छ ।
   इसँग कलम डिङा ।

२. हामी बराम जाती हौ ।
   नी बालवाङ्ग हौं ।

३. कहाँबाट आउनु भयो ?
   कुनाङ् किथिया ?

४. कहाँबाट आयौं ?
कुनाङ् किचे ?
५. पानी चिसो छ ।
आवो चिसो ङिङा ।
६. सुत्ने बेला भयो ।
नाको बेला किलिक् नियो ।
७. खाने बेला भयो ।
चाको बेला किलिक् नियो ।
८. मैले चिनें ।
ङै किची, मैले चिनेन्, ङै मचिदो ।
९. घरमा जाने बेला भयो ?
नामगे यागो बेला लिका ?
१०. हामी बालकुरा पढ्छौ ।
निरु बालकुरा पढ्दिम् ।
११. तिमी कता गएर आयौं ?
नाङ् कुनाङ् यागो किथ्या ?
१२. बराम जातीहरु एकजुट हों ।
बालवाङ्गहरु दे जुट लिकै (कितै) ।
१३. तिम्रो घर कता हो ?
नाङ्को नाम कुनी हो ?
१४. धन धनीसँग मात्र हुन्छ तर इज्जत सबैसँग हुन्छ ।
धन धनीसँग ङिलिक् तर इज्जत सबैयसँग ङिलिक् ।
१५. मेरो उद्देश्य पूरा हुन बाँकी नै छ ।
ङागो उद्देश्य पूरा लिक्कोन ङिङा ।
१६. तिमीले के भन्न खोजेको हो ?
नय हाई ग्यादाङ् ?
१७. मैले कुरा नै बुझेन ।
ङय कुरा नै मबुझदी ।
१८. धनले मान्छेलाई पागल बनाउँछ ।
धनय वालगै पालल ङितु ।

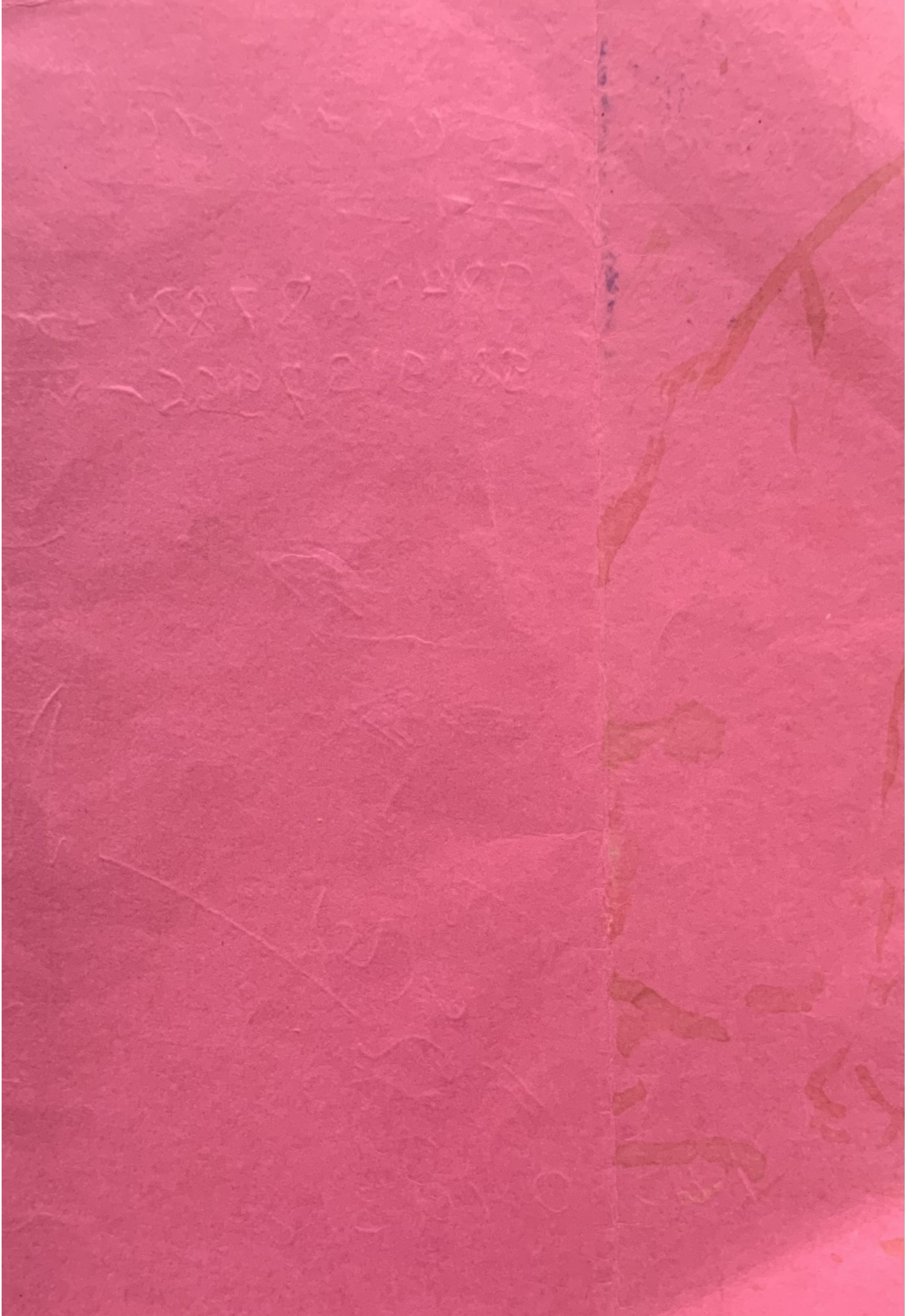
१९. तिमी कुन बाटो जान्छौ ?
नुङ् कुन उङ्मा यागो ?
२०. हामीहरु देउराली बजार भएर जान्छौं ।
निरु देउराली बजार लिकुङ्याम् ।
२१. किन हो मलाइ त निन्द्रा नै लागेन् ।
हारे हो ङागै मिग्य हो ।
२२. हामीलाई दु:खले कहिले पनि छोड्दैन ।
निगै दु:खय कहिले पनि मज्वुन् ।
२३. दु:ख पायो भनेर कहिले पनि आत्तिनु हुँदैन ।
दु:ख गिदुम् दयङ् कहिले पनि आत्तिदिगो मलिक् ।
२४. सुख पायो भनेर कहिले पनि मात्तिनु हुँदै ।
सुख गिदुम् दयङ् कहिले पनि मात्तिदिगो मलिक् ।
२५. ए आज कसको मेला जाने हो ?
ए तया सुगो मेलागै यागो हो ।
२६. तिमीलाई जान मन लाग्दैन ?
नुङ्गै यागो मन मलग्दि ?
२७. किन नलाग्ने जान त धेरै मन थियो ।
हारे मलग्दी यागोल धेरै मन किलग्दी ङिङा ।
२८. भ्याउँदै भ्याएन न् र पो ।
मम्य मम्या रापो ।
२९. तिमी मात्रै जाउ है हुन्न र ?
नाङ् मात्रै यागो मलिग्रा ?
३०. नाम न जस खरानी धस ।
उमेन न जस मदुम् मायु गिधस्दी ।
३१. खाइ न पाई छालाको टोपी लाई ।
चागो मचागो छालाको टोपी पुगो ।
३२. खानु न पिनु पुंपुरोमा चिनु ।
चागो न पिगो पुंपुरोया चिनो किलग्दी ।
३३. दु:ख सुख दुबै जीवनको साथी हो ।
दु:ख सुख तिस्वागो जीवनको साथी हो ।

३४. मेरो उद्देश्य पूरा हुन बाँकी छ।
डागो उद्देश्य पूरा लिक्कोन ङिङा।
३५. तिमीले के भन्न दोजेको ? मैले कुरो नै बुझेन।
नय हाई दागो ग्यादङ् ? ङ्य कुरा नै मबुझ्दी।
३६. हामी शिक्षाको कारणले पछि परेका छौं।
नि शिक्षाको कारणय पछि किपर्दो ङिङा।
३७. निन्द्रा दुःखको औषधी हो।
मिक् क्योंहुँ दुःखको ओखती हो।
३८. कहाँ गएर आएको ?
कुनाङ् यहिङ् किथ्या ?
३९. बालकुरा सिकेर आएको।
बालकुरा सिक्दिङ् किथ्या।
४०. तपाई भोली देखि के गर्नु हुन्छ ?
नाङ् होगै देखिन् हाई टुकुम्ले ?
४१. हामी बालकुरा अध्ययन गर्छौं।
निरु बालकुरा सिक्दिगो तुक्कुम्।
४२. तिमीलाई भोक लागेको छैन ?
नुङ्गै उयाङ्ग महेदो ?
४३. मलाई धेरै भोक लागेको छ।
डागे सारेन्न उयाङ् केहे ङिङा।
४४. खाजा खाएर हुँदैन।
आर्नि चाहिङ् मलिक्।
४५. हुन्छ किन नहुनु।
ङ्लिक् हारे मलिक्को।
४६. भात खाने बेला भयो ?
आम् चागो बेला लिका ?
४७. अलि बेला भएको छैन।
आमी बेला मलिक्दो।
४८. खाना पकाई सक्नु भयो।
आङ् थालङ् दातो।

४९. विहानै कहाँ पाक्नु ।
हाम्जाङ्ग न हाई आम मिङ्गो ।
५०. कसैले पनि हतार नगर्नुहोस् ।
सुइमुङ् हतार मतुको ।
५१. तिमी कसको छोरा हो ?
नुङ् सुगो उचुवा हो ?
५२. हामी बरामको छोरा हौं ।
निरु बालको उचुवा हौं ।
५३. तपाई कहाँ जानुहुन्छ ?
नाङ् कुनी यागो ?
५४. म स्कूल जान्छु ।
ङा स्कूल याम् ।
५५. म स्कूल गएर धेरै नयाँ कुरा सिक्छु ।
ङा स्कूल यहिङ् धेरै नयाँ कुरा सिक्दिम् ।
५६. तिम्रो बाबुको नाम के हो ?
नुङ्गो आवैको उमेन हाइ हो ?
५७. मेरो बाबुको नाम .... हो ।
ङागो आबैको उमेन .... बालबाङ्ग हो ।
५८. तिम्रो घर कता हो ?
नुङ्गो नाम कुनी हो ?
५९. मेरो .... घर हो ।
ङागो नाम .... हो ।
६०. तिमीलाई के भएको छ ?
नुङ्गै हाइ लिक्का ?
६१. मलाई टाउको दुखेको छ ?
ङागै कपु केक्चो ङिङा ।
६२. तिमी कहिले आउँछौं ?
नुङ् कहिले ङिते ?
६३. म भोली आउँछु ।
ङा होगै तयम् ।

६४. म विना तिमी बाँच्न सक्छौ की सक्दैनौ ?
ङा विना नुङ् बच्दिगो ङियाङ् की मंठाङ् ?
६५. म तिमी विना बाँच्नै सक्दिन ।
ङा नुङ्गै माया तुकुम् ।
६६. म तिमीलाई माया गर्छु ।
ङा नुङ्गै माया तुकुम् ।
६७. के तिमीसित बोल्नु हुँदैन र ?
हांइ नुङ् निसिङ् खलागो मलिग्रा ?
६८. भइहाल्छ नि किन नहुनु ।
ङिलिक्नी हारे मलिक्को ।
६९. गाउँलेहरु के को सरसल्लाह गर्दैछन् ?
हान्नुङहरु तथा हाइगो सरसल्लाह तुकुङ् क्याहुक् ङिङा ?
७०. आज गाउँलेहरु खानेपानीको बारेमा सरसल्लाह गर्दैछन् ।
तया हान्नुङ्हरु किस्या आवाको बारेमा सरसल्लाह तुकुङ क्यहुक ङिङा ।
७१. देश विदेशको खबर सुन्नाले के फाइदा हुन्छ ?
देश विदेशको खबर सयङ् हाई फाइदा ङिलिक् ?
७२. नयाँ नयाँ कुरा थाहा पाईन्छ ।
नयाँ नयाँ कुरा थाहा दुम्गो ङिङाङ ।
७३. बाँच्नको लागि नभइ नहुने कुराहरु के के हुन् ?
जीवागो लागि मलिक मलिको कुराहरु हाई हाई हो ?
७४. बाँच्नको लागि नभइ नहुने कुराहरु खान, लाउन र बास हुन् ।
जीवागो लागि मलिक् मलिको कुराहरु चागो, पुगो र हुक्को हुन् ।
७५. विकास गर्नलाई हामीहरु सबै मिलि के गर्नुपर्छ ?
विकास तुक्कोगे निहरु सवैय लिकुङ् हाई तुक्को ङेप्ना ?
७६. विकास गर्नको लागि सबैमिलि काम गर्नुपर्छ ।
विकास तुक्को लागि निसवैय लिकुङ् काम तुक्को ङेप्ना ।
७७. यो देशमा गरीबहरु के गर्दैछन् ?
यो देशगे गरीबहरु हाई तुकुङ् क्युहुक् ङिङा ?
७८. अधिकार मागनको लागि संघर्ष गर्दैछन् ।
अधिकार आहुगो लागि संघर्ष तुकुक् क्युहुक् ङिङा ।

७९. पुरुष र महिला एक रथका दुई पांग्रा हुन् ।
पापाचा र मामाचा दे रथका हिंस पांग्रा हुन् ।
८०. हामी सबैले बराम संघलाई सहयोग गरौं ।
नि सवैय बालवाङ्ग सहयो तुक्कै ।
८१. साथै सुझाव र सल्लाह पनि दिने गरौ ।
साथै सुझाव र सल्लाह दिपीगो तुक्कै ।
८२. बराम संघ निकै गरिब छ हैन र ?
बालबाङ्ग निकै गरिब ङिङा मामीले ।
८३. हामी हामी मिलेर नै बराम संघलाई माथि उठाउन परेको छ ।
निनने ग्यामुङ् नै बालबाङ्ग संघे खुङ् उजेयङ् ङेप्ना ङिङा ।



मुद्रक : रुबी प्रिन्टिङ्ग प्रेस (अफसेट तथा लेटर प्रेस)
विद्यालयमार्ग, गोरखा । फोन नं. ०६४-२०१६३